



Programmi riassuntivi di Educazione Fisica dalla III alla VI classe

III e IV classe In terza classe iniziano le lezioni di educazione fisica vera e propria; da questo punto dello sviluppo dei bambini, si comincia a entrare in merito alla qualità dei movimenti.
Le attività e i giochi proposti dovrebbero comunque mantenere un carattere di fantasia e la ricerca del ritmo. Sotto questo punto di vista i salti, le corse e tutte le attività non vengono ancora proposti come esercizi individuali veri e propri, ma accompagnati da immagini (per esempio: dobbiamo attraversare un torrente, vediamo di saltare più lontano possibile ecc.).

Contenuti

- proporre diverse attività di movimento raccontando una storia
- corse e salti vari accompagnati da un ritmo del maestro
- ridde di ginnastica Bothmer
- giochi liberi e di fantasia agli attrezzi
- giochi a prendersi
- semplici giochi con la palla, con le corde, i cerchi e altri piccoli attrezzi
- staffette di vario genere
- capriole e ruote
- percorsi di agilità ed equilibrio
- giochi in cerchio con e senza palla

V e VI classe

Obiettivi

- sapersi muovere coordinati con e senza attrezzi
- imparare nuove abilità nei giochi con la palla

Contenuti

- lancio e presa al volo della pallina da diverse distanze (palla bruciata)
- esercizi individuali e staffette per sviluppare l'equilibrio
- capacità di reazione e agilità (palla prigioniera)
- corsa di velocità e resistenza
- salto della corda
- arrampicata